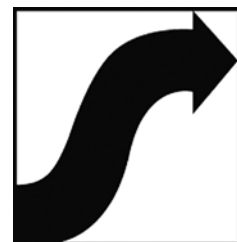


# Hyötyä ja iloa mentoroinnista!

Tästä esitteestä voit lukea mentoroinnista  
ja sen hyödyistä sinulle



TERVEYDEN JA  
HYVINVOINNIN LAITOS



# Mitä on mentorointi?

Mentorointi tarkoittaa sitä, että kokenut henkilö siirtää tietoa, kokemusta ja ammattitaitoa toiselle henkilölle. Mentoroinnissa on osapuolina kaksi henkilöä, mentori ja aktori. Heistä mentorilla on enemmän kokemusta jostakin tietystä asiasta, josta aktorilla on vähemmän kokemusta. Yhdessä mentori ja aktori muodostavat mentorointiparin.

Mentori on usein oman alansa ammattilainen. Aktori haluaa kehittyä ammatillisesti sekä tutustua suomalaiseen kulttuuriin ja työelämään. Mentori voi esimerkiksi auttaa aktoria löytämään sopivan työn tai koulutuspaikan.

# Miten mentorointi tapahtuu?

Mentorointi tapahtuu siten, että mentori ja aktori tapaavat säännöllisesti ja keskustelevat. Mentorointi kestää noin 6 – 12 kuukautta.

Mentoroinnissa on keskeistä yhdessä oppiminen. Sekä mentori että aktori oppivat jotain toisiltaan. Aktori oppii esimerkiksi tuntemaan itseään ja omia tavoitteitaan paremmin. Mentori saa uusia ajatuksia ja ideoita sekä mahdollisuuden tutustua uuteen kulttuuriin.

Mentorointi on vapaaehtoista. Tärkeää mentoroinnissa on, että molemmat ovat avoimia, luottavat toisiinsa ja sitoutuvat mentorointiin.

## Mitä hyötyä sinulle on mentoroinnista?

- Tutustut suomalaiseen kulttuuriin ja työelämään
- Suomen kielen taitosi kehittyy
- Tutustut uusiin ihmisiin
- Tiedät paremmin, mitä haluat tehdä työksesi tai opiskella
- Saat apua työhakemusten ja muiden lomakkeiden täyttämiseen sekä sähköisten palveluiden käyttämiseen



# Mistä saat lisätietoa mentoroinnista?

- Yhdistys nimeltä Luckan järjestää mentorointia pääkaupunkiseudulla, Porvoossa ja Kirkkonummella. Lisätietoa: [www.fika.luckan.fi](http://www.fika.luckan.fi)
- Väestöliitto järjestää mentorointia maahanmuuttajaisille, joilla on korkeakoulututkinto. Lisätietoa: [www.vaestoliitto.fi/monikulttuurisuus/womento](http://www.vaestoliitto.fi/monikulttuurisuus/womento)
- Jos opiskelet, voit kysyä mentoria omasta oppilaitoksestasi. Suomen Mentorit ry tarjoaa mentoreita juuri korkeakoulusta valmistuneille. Lisätietoa: [www.suomenmentorit.fi](http://www.suomenmentorit.fi)
- Jos kuulut ammattijärjestöön, voit kysyä, järjestävätkö he mentorointia. Jos ammattijärjestösi ei järjestä mentorointia, voit ehdottaa sitä heille.
- Voit lukea lisää mentoroinnista esimerkiksi Väestöliiton tekemästä Työuramentoroinnilla tuloksiin -oppaasta. Löydät oppaan Väestöliiton internetsivuilta osoitteesta [www.vaestoliitto.fi/monikulttuurisuus/womento](http://www.vaestoliitto.fi/monikulttuurisuus/womento)

## Yhteistyössä

